

Утверждаю  
Директор МАОУ «Красногорская гимназия»

*Перминова*  
О.В.Перминова



**Меню для обучающихся на 23.01.2025г**

№	Наименование блюд	Масса г.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	<b>Обед</b>					
46	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,75	2,5	21	120
511	Рис отварной	180	4,45	5,09	49,18	250,18
87	Суфле рыбное «Рыбка золотая»	100	14,5	15,1	15,6	254,1
141	Соус томатный	30	0,78	2,88	2,82	40,32
685	Чай с сахаром	200	0,2	0	15,1	67
	Хлеб пшеничный	20	1,54	0,16	9,9	47,2
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,44	17,56	84,76
	<b>Полдник</b>					
128	Каша пшеничная молочная	180	6,3	8,28	30,06	216
685	Чай с сахаром	200	0	0	15	67
	Хлеб пшеничный	30	2	0	15	71